10029　健康科学ａ、ｂ
Health Science

１年次～
前期
２単位

担当者	板谷　厚	履修可能学科	E　Pe　Pc　C　W　F　N
		関連資格	
サブタイトル	健康神話を見抜く		
授業内容・ねらい	健康であることはすべての人の願いであるが，各個人の健康観は多様である．このことは，多種多様な健康関連情報があらゆるメディアに取り上げられていることからもわかる．社会にあふれる健康関連情報の中から信頼性の高いものを見極め，自己の健康観にフィットした情報を選択し実践することは，現代社会において健康的な生活を送る上で必須のスキルといっても過言ではない．しかしながら，多くの人々は健康関連情報が氾濫する中で，何が正しいのかを判断しかねているのが現状であろう．よって本授業では，科学的思考によって健康関連情報を読み解く力を身につけることをねらいとする．そのためのステップとして，自己の健康観構築のために必要な知識を身につけ，健康情報学を理解する．また，近年の心の健康に対する意識の高まりに応えるために，カウンセリング理論についても概説する．		
授業計画	1．健康神話と似非科学 2．健康・科学・健康科学 3．健康科学の営み 4．体力と健康 5．健康と薬物 6．健康と運動・休息 7．健康情報リテラシー 8．情報・意思決定・行動 9．情報の偏り 10．因果関係の逆転 11．カウンセリング理論を学ぶ 12．精神分析理論 13．実存主義的アプローチ 14．健康情報学の実践演習 15．健康の取扱説明書（総まとめ）		
教科書参考書	参）中山健夫（著）『健康・医療の情報を読み解く　健康情報学への招待』（丸善）		
評価方法	試験（100点満点）の得点によって評価する．		
事前準備学習履修条件等	特になし		